

여행길 사찰서 찾은 인생 키워드 20가지



남자의 여행
글 유명종
그림 이종승
사진 전성영
디스커버리미디어 펴냄
1만5천원

이 책은 지속 가능한 삶을 꿈꾸며 여행을 떠난 한 남자의 감정과 사유를 기록한 산문집이다. 문화 잡지부터 여성지까지, 15년 동안 잡지 기자로 야근을 밤 먹듯 하며 정신없이 살아온 저자는 불혹의 문턱에서, 자신의 영혼이 점점 폐허로 변해가고 있음을 아프게 깨닫는다.

저자 표현에 따르면 "6월의 숲 같은 내면을 꿈꾸었으나 가슴에 들어간 것은 숲이 아니라 세한의 마른 들판이었다."고 아쉬워 한다. 저자는 마음뿐만 아니라 몸도 말아 아니었다. 비염을 얻었고, 북하면 감기에 걸렸다. 누적된 피로에도 무심경해진 당시 저자의 삶은 생각할수록 지속 불가능해 보였다. 그렇게 살아서는 안되겠다는 생각이 솟구쳤다.

그래서 2000년대 중반부터 저자는 지속 가능한 삶을 꿈꾸며 여행을 시작했다. 고성서 해남까지, 산사에서 지방 소도시까지, 주말마다 여막살을 궁정하며 6년을 돌아다녔다. 가장 많이 찾은 곳은 사찰이었다. 그의 여행은 일종의 비유기였다. 성공, 소유, 화, 분노, 불화, 피로와 권태까지. 머리와 가슴에 가득 차서 급기야 지속 가능한 삶을 위협하는 욕망의 찌꺼기를 하나 둘 비워내는 일이 시급했

다. 그리고 6년 후, 저자는 욕망의 찌꺼기를 비운 자리에 사랑, 꿈, 공존, 관용, 통섭, 조화, 가치, 소소익선 같은, 평생 품고 살아야 할 인생 주제 20가지를 채워 넣었다. 사유와 성찰로 얻은 너무도 값진 가치의 언어들이었다.

이 책은 여행길에서 길어 올린 인생 주제 20가지를 사진, 그림과 함께 한 권의 책에 담아내고 있다. 공교롭게도 인생 키워드는 모두 절에서 얻었다. 그러나 이 책이 절에 관한 이야기는 아니다. 텍스트로서의 절이 아니라 절이 품은 컨텍스트(문맥)에서 힌트를 얻어 20가지 주제를 정하고 여기에 저자의 감정과 생각을 녹여내 산문집으로 엮었다.

공존, 관용, 통섭 등 삶의 실천 목표 인생의 지침 모두 사찰 여행서 얻어내 그림 20여점과 사진 70여점 함께 실어

예를 들면 해인사에서는 세 가지 빛깔의 사랑을 이야기하고, 강진 백련사에서는 남자의 눈물에 대해 사유한다. 화순 운주사에서는 꿈과 연대를 말하고, 부여 무량사에서는 조화를 주제 삼아 이야기를 풀어낸다. 남양주 수종사에서는 대화와 통섭을, 지리산 구룡암에서는 파격과 일탈의 아름다움을, 순천 선암사에서는 공존의 미학을, 김제 망해사에서는 소소의 선을 이야기한다. 월출산 무위사에서는 공자와 노자를 끌어들이며 '중용과 무위'를 말하고, 안동 불정사에서는 최고와 권위에 대해 문제적 질문을 던진다. 그리고 영주 부석사에서는



훈백화 기법에 천연 안료를 사용해 그린 화엄사 전경. 이종승 교수의 작품이다.

'나'를 되돌아보는 성찰의 시간을 갖는다.

이 책은 총 2부로 구성돼 있다. 구체적으로는 '남자의 눈물'과 '남자의 생각'으로 돼 있다. 느낌이 짙은 글을 '남자의 눈물'로, 사유가 더 담긴 글을 '남자의 생각' (2부)으로 묶었다.

1부 '남자의 눈물'에서는 장소, 자연, 사물, 인물, 역사에 감정을 이입해 사랑, 꿈, 죽음을 같은 주제를 서정적 질문으로 풀어낸다. 예를 들어, 저자에 따르면 해인사는 '사랑의 절'이다. 해인사는 길로 보면 기표로서의 팔만대장경을 품은 삼보사찰이지만 내면으

로 들어가면, 삼존을 사랑한 진성여왕의 비련과 신라를 사랑했으나 조국에게 버림받은 최치원의 자기 연민, 그리고 대장경을 만든 고려 백성들의 순결한 집단적 사랑이 알아야 맺힌 우리나라 최고의 '사랑의 절'이다.

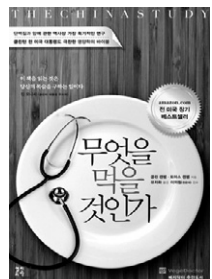
2부 '남자의 생각'은 사유와 해석, 그리고 질문이 중심을 이루고 있다.

이 책은 글뿐만 아니라 그림 20여 점과 사진 70여 점을 함께 담고 있다. 건국대 회화과 이종승 교수는 작가 특유의 미적인 상상력을 동원하여 자유로움이 넘치는 여행지 풍경을 그려내고 있다. 김주일 기자

식품영양소와 질병 관계 설명

무엇을 먹을 것인가

콜린캠벨 · 토마스 캠벨 지음 | 유자화 옮김
열린과학 펴냄 | 2만원



우리나라의 경우 2011년 통계청 자료를 바탕으로 한 국립 암센터의 분석에 의하면 평생 동안 암에 걸릴 확률이 34퍼센트에 이른다고 한다. 특히 남성의 경우는 37.2퍼센트에 이른다. 미국에 비해서는 낮지만 식습관이 점점 서구화 되어가는 속도와 비례하게 머잖아 이 수치도 미국을 따라잡을 기세다. 현대 의학의 발달로 암 진단율과 생존율이 늘고 있기는 하지만 그것만으로는 설명이 불가능하다.

과인이 아닐 만큼 단백질은 숭배한다. 몸보신, 영양식 하면 다들 단백질을 떠올리고, 육류, 가금류, 생선, 계란, 우유 등을 떠올린다. 하지만, 우리 몸은 이런 식품들과 단백질을 그렇게 많이 필요로 하지 않는다. 오히려 필요 이상으로 많이 섭취할 경우 암을 비롯한 다양한 만성질환들이 발생할 수 있다. 캠벨이 수행한 연구의 결론은 단

백질이 암 발생을 꾀다 꾀다 하는 '암 발생의 스위치' 역할을 한다는 것이다. 건강 정보의 홍수 속에서 건강에 대한 사람들의 관심은 점점 높아지고 있지만, 정작 건강을 증진시킬 수 있는 방법을 제대로 알고 있는 사람은 드물다. 50년 가까이 영양과 건강에 관한 대규모 연구 프로젝트를 고안하고 이끌어 온 콜린 캠벨은 이 책을 통해 식품의 영양소와 질병 간의 관계를 밝히며 식생활과 건강에 대한 전망과 현실을 보여준다. 김주일 기자

욕심 내려놓으면 행복해져

내려 놓으면 자유로운 것들

박상표 지음 | 북스타출판사 펴냄 | 1만2천원



언젠가 40대 한 거사가 저자를 찾아왔다. "스님 큰일입니다." "왜요?" "아 글썄, 사랑하는 제 아내가 그만 이른 자라는 겁니다. 많이 배우질 못했지만 저는 아내를 위해 열심히 아침 저녁으로 쉼 새 없이 일했습니다. 그 결과 이제 40평대 아파트에 고급 승용차를 몰고 다닐 정도로 경제적 안정도 찾았습니다. 그런데 이혼하자는 거예요!" "그래요! 거사님, 그러면 거사님은 왜 돈을 벌려고 하셨나요?" 김주일 기자

"저요? 그야, 돈 벌면 좋은 집에 살고, 아내랑 저녁이면 영화 보러 다니고, 아이들이랑 놀고 그렇게 살려고요?" "그래요! 그럼 왜 지금 그렇게 하지 않나요?" "아! 스님 알았습니다, 감사합니다!"

이 책은 화엄 박상표 법사가 출가해 행자 생활부터 군 포교를 위해 재직하는 동안 느꼈던 소소한 깨달음을 담담한 필치로 서술한 것이다.

저자는 "깨달음은 멀리 있지 않고 우리의 삶 속에도 있다"며 "우리 중생들은 욕심과 아둔함으로 그 돈을 왜 벌어야 하는지 망각하고는, 돈 버는 것이 목적이 돼버리곤 한다. 그래서 불행해지고, 병통이 생기는 것"이라고 말했다.

저자는 공군 군중 장교로 입대해 현재 공군교육사령부 중공성불사 법사로 있다. 김주일 기자

천태실상론 적용 반야심경 해설

반야심경 강의

빈종법사 지음 | 이동형 번역
운주사 펴냄 | 1만5천원



분자들에게 가장 많이 알려지고 널리 독송되는 경전 중 꼽히면 단연코 〈반야심경〉이다.

분량이 적어 암송하기 쉬운 반면, 내포돼 있는 뜻은 아주 세밀하고 깊기 때문이다. 그래서 '심경'이라고 불리기도 한다. 하지만 이 경전의 내용은 웬만큼 불교를 공부한 사람도 이해하기가 쉽지 않다. 깨달음의 경지에서나 파악되는 '진공실상'의 경계를 그대로 설명한다. 다른 경전들도 그렇겠지만 특히 〈반야심경〉을 올바르게 이해하기 위해서는 직접 그 경지를 수행을 통해 체득하는 길이 절경이다. 또한 자세히 설명돼 있는 안내서는 이 경전을 이해하는데 큰 도움이 된다. 바로 이 책은 이러한 필요성에 부합하는 저술서이다.

이 책은 대만의 대표적 고승 빈종법사가 천태 교학과 지관을 적용해 〈반야심경〉의 핵심 가르침을 설명했다. 저자는 이 책에서 단순히 공(空)만을 이야기하는 것이 아니라 진공묘유(眞空妙有)임을 천명하고, 이것이 중생 모두에게 갖춰져 있음을 천태 실상론에 의거해 세밀히 밝히고 있다. 아울러 대표적 수행법인 지관, 특히 일심삼관 수행을 통해 제법의 실상을 관함으로써 반야지혜를 증득해 보살도를 행하는 수행법을 구체적으로 서술하고 있다.

또한 책 말미에는 천태의 경전 해석 방법인 오중현의를 사용해 〈반야심경〉의 의미 및 핵심 종지와 수행법, 그 적용과 다른 경전과의 관계 등을 교학적으로 정밀하게 밝히고 있다.

따라서 이 책은 기존 반야심경 해석들과는 확연히 차별된다. 왜냐하면 고도의 천태교학 사상과 지관수행법에 입각해 〈반야심경〉 내용을 이론과 실천의 양 방면에서 동시에 조망하고 있기 때문이다.

저자는 경 전체를 강의함에 있어서 천태의 모든 교학과 수행법을 적절하게 응용해 경의 내용이 분명히 드러나도록 했다. 먼저 경전 제목인 '반야바라밀다심경' 8자를 풀이함에 있어 천태대사가 〈법화경〉 경전

제목에 해석하는 방식을 사용해 서술하고 전체 경전의 강요를 제시했다. 다음으로 번역자인 현장법사의 약력과 업적을 기술하고 번역한 법사의 공덕과 그 역사적 의의를 강조했다. 그 다음으로 경문을 정식으로 풀이했는데, 크게 '나누어 해석함'과 '종합해 해석함'이라는 두 가지 방법을 사용했다.

먼저 '나누어 해석함'에서는 경문에 따른 경의 요지와 의미를 하나하나 정밀하게 해석했다. 이어 '종합해 해석함'에서는 경문 요지를 종합적으로 해석함으로써 초학자들이 경의 대의를 파악하는데 편리하게 했다.

경문을 다 풀이한 다음에는 따로 〈반야심경의 오중현의〉라는 항목을 두어 천태의 오중현의를 자세히 설명하는 동시에 〈반야심경〉 내용 전체를 거기에 맞춰 종합 정리했다. 또한 '부록'에서는 본문에 나오는 중요한 교리적 내용을 뽑아내 도표와 함께 다시 자세히 설명하고 있다.

대만 고승 빈종법사 강의

'진공묘유'의 경지 밝혀

교리내용뿐아 도표와함께 수록

따라서 부록은 본문 전체에 있어 사전 역할을 할 뿐 아니라 그 자체로도 훌륭한 교리서 역할을 하고 있다.

우리는 보통 〈반야심경〉을 '공 사상을 천명하고 있는 경전'이라고 쉽게 말한다. 하지만 이 말이 품은 뜻은 깊고 넓다. 고도의 수행과 깊은 성찰이 필요하다. 이 책을 통해서 공 사상이 지니는 풍부한 의미와 구체적인 실천 내용을 깊이 이해하는데 큰 도움이 될 듯 싶다. 김주일 기자

▲저자 빈종법사(1911~1958)는?

대만 청화 농학 출신이다. 14세때 출가해 17세에 락집을 짓고 6년간 고행한 후에 중국 대륙으로 들어가 명산대찰을 편력, 1943년에 천통사 원형 법사에게서 구족계를 받았다. 천태교의 정권 노학에게 천태교관과 〈천태사교의〉를 전공해 천태의 삼관과 심상관법의 오의를 체득했다. 28세에 대만으로 돌아와 흥법하며 천태종을 크게 드날렸다. 1951년에 폐관에 들어가 대장경을 열람하고 54년에 출가했는데, 각지의 요청에 응하여 불철주야로 설법하였다. 저서에 〈반야심경요의〉 〈불설아미타경요의〉 〈능엄경의 등〉 〈이인생사지유래〉 등이 빈종법사유집에 있어 천태대사가 〈법화경〉 경전

양지국악사

사찰전통 대법고 · 법당천도법고 · 태징 · 목어

서울매장 : 서울시 종로구 돈의동 46-1번지
 02)3673-3442 / 764-2159, 011-264-3906 www.yangjikukak.com
하남공장 : 경기도 하남시 하산곡동 445번지
 031)793-3906, 011-264-3906 www.yjkukak.com

“새는지붕” 때문에 고민하십니까?

최신한옥기와강판, 일반기와강판, 스테트형강판, 슬라브
 사찰(대웅전, 요사채, 산신각, 전문시공), 창고, 공장, 일반가정집

Q 지붕개량을 해야하는데 돈이 걱정되십니까?
A 가장 싸게 시공해 드립니다
 자! 이제 칼라강판으로 해결하세요!!

서울 · 경기 : 02)456-8831
 강원도 : 019-396-1110
 충청도 : 010-8674-2357
 경상도 : 010-9190-3350
 전라도 : 011-248-6298

가장 저렴한 가격에 제일 튼튼하고 예쁘게 단 하루만에 공사완료!
 (전국 어디서나 출장시공해 드립니다)

이 오 칼 라 지 붕 공 사

(구. 현대칼라지붕공사)